



Číslo případu: 262

Název případu: Šánová Viktorie

Datum založení: 13.6.2022

Datum ukončení:

Typ schůzky: Individuální konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky:

Datum schůzky:	27.6.2022
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	zreflektovat svoji stávající životní situaci
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Na naše druhé sezení přichází 16tiletá Viki se změnou vizáže. Má ofinu, vlasy červené, piercing a obočí směrem nahoru. Vzápětí se ukazuje, že změna stylu souvisí s rozchodem, který má Viki za sebou. Viki k rozchodu říká, že jej nijak dramaticky neprožívala. Jednou si poplakala a bylo dobře. Viki se zmiňuje o tom, že si užívala pozici, kterou měla v partě lidí kolem svého přítele „byla jsem řešená, a to mi dělalo dobře“. Samotný vztah ale pro ni nebyl naplňující. Říká, že se redukoval pouze na sex (byla první holka svého přítele a ten neměl zájem o jiné aktivity než sex). Viki mluví o svých plánech na léto. Chystá se na festival „rock for people“. Momentálně má zaplněný i denní harmonogram, dává si budík na jednotlivé aktivity. Objevuje se dnes sv souvislosti s ní příměr „ostříčka nožů“. Viki říká, že má ráda filmy jako je Pulp fiction, Fimfárum a seriál Červený trpaslík. To, co u sebe Viki považuje za novinku, se týká jejího vztahu k ostatním (resp. k sobě) „já si vybírám, s kým se budu bavit“. Mluví o svém lpění na druhých „neumím být sama“, to dokresluje svojí strategií, kdy někdy čeká s rozchodem až do chvíle, kdy už má nový vztah. Viki mluví o své touze po vzájemnosti a o tom, že „dávám i to, co nemám“. Mluvíme také o rodině Viki. Otčím je podle ní morous (60 let), který „hledá chyby už ode dveří“. Máma pak má podle Viki problém nastavit partnerovi hranice. Rovněž se potřebuje druhým zavděčit (to po ní Viki „nezdědila“). Viki je imunní vůči máminým emocím a výhradám. Říká, že mají každá odlišný jazyk lásky. Máma podle Viki neuznává jiný, než „skutky, služby“, Viki dominantním jazykem jsou „slova podpory“ a „fyzické projevy“.
Výstupy/domluvy:	Viki přináší několik témat, u kterých by bylo možné se více zastavit. To ale neumožňuje. Rozchod bagatelizuje. O vztazích k druhým hovoří na jedné straně jako o závislých, na straně druhé zmiňuje svoji netečnost, resp. silnou rozkolísanost. Viki je edukovaná, zatím ještě nehovořila o citové vazbě. Viki na mne (zvláště v počátku sezení) působí jako „pod vlivem“.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky: 13.6.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 70 minut

Zakázka: držet svůj život s HPO v určitých hranicích

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Na první sezení přichází slečna s excentrickým vzezřením i vystupováním. Má poměrně spontánní až žoviální projev, projevuje tendenci vstupovat do pracovního sezení ještě před časem začátku našeho sezení. Až ke konci konzultace zjišťuji, že Viki původně dorazila o hodinu dřív (popletla si čas). V rámci úvodního kontraktování se dozvídám, že v minulosti byla na jednorázové konzultaci u mamky v práci (u policejní psycholožky), nějakou dobu docházela do KC Chrudim a rovněž má za sebou psychotherapeutický pobyt v léčebně. Vyjasňuji si s Viki, že spolupracovala s její kolegyní Pavlínou. Jsem transparentní a bavím se s Viki o tom, co potřebuje, aby se zde cítila dobře. Viki mi říká, že potřebuje cítit ze strany terapeuta odezvu a zájem, také by ráda cítila, že je brána vážně a že její témata nejsou zlehčovány (uvádí příklady, kdy zlehčování ze strany odborníků z jejich reakcí cítila). Viki o sobě říká, že brigádničí v kavárně, existuje u ní podezření na hraniční poruchu osobnosti, ale vzhledem k věku jí byl zatím diagnostikován „pouze disharmonický vývoj“. Viki říká, že ač nemá obvykle nálepkování ráda, v tomto případě ji zrovna pomohlo. Má pocit, že dostala „návod na sebe“, což pro ni bylo osvobozující. Viki mi popisuje některé své stavy, které jí dělají starost. Např. při přijímačkách na gymnáziu viděla černo. Jindy ji přepadají stavy agrese. Viki se informuje na moji ohlašovací povinnost. Později se ukazuje, že z obav, zda nemám povinnost hlásit na OSPOD, že rodiče odjeli na dovolenou a nechali doma Viki na starost dospělému bratrovi. Její zakázka a očekávání od naší spolupráce se týká možnosti ventilovat, a tak i lépe zvládat těžkosti, kterými žije. V další části sezení Viki přichází k tomu, co si již přeje sdílet. Vypráví mi o čase posledního týdne. Rodiče odjeli na dovolenou do Chorvatska a Viki je doma s 22letým bratrem. Popisuje mi očištný rituál omluvy (amens), za vše špatné, co v životě udělala. Měla jej potřebu vykonat v souvislosti s rozchodem, ve kterém „jsem se cítila použitá a on zraněný“. Na základě líčení tohoto rituálu se Viki dostává k pojmenování toho, jak prožívá a žije vztahy. „Všechno je strašně intenzivní, je to VLAK BEZ BRZD“. Se studem (který ale není prožitý, jak se ukazuje později) Viki konstatuje „já to takhle necejtím samo to přijde, samo to odejde“. Když zůstáváme u projevů Viki studu, přiznává, že to spíše s ohledem na mě (okolí, které nyní reprezentuji já), ona sama stud necítí. Viki mluví o svém vztahu k návykovým látkám. Zmiňuje, že kouří tabák „na vyrovnaní“, slouží jí jako dobrý ventil (namísto dřívějšího sebepoškozování). Neabstínuje, ale neopíjí se. Zmiňuje se o čerstvých prožitcích (z pátku), kdy se cítila šťastná. SAMU SEBE Viki POPISUJE jako: introverta, optimistu, je ráda doma, nebo s jedním člověkem. Na straně druhé je mluvčí třídy, velmi samostatná, považuje se také za zodpovědnou a vyspělejší, než odpovídá jejímu věku, připouští snahu „dorovnávat“ ty starší. Ke VZTAHU S MÁMOU se Viki dostává okrajově. Říká, že její máma často manipuluje a hraje na city. O mámě mluví jako o sexuálně aktivní, na druhou stranu dodává, že je od MŠ Viki s jedním a týmhle partnerem. Vztah s mámou Viki popisuje jako otevřený, ale plný konfliktů ohledně uklízení. Viki se domnívá, že má poměrně dost domácích povinností. Viki je zřejmě nejmladší z dětí. Nejstaršímu bratrovi je 32 let.

Výstupy/domluvy:

jednalo se o seznamovací a kontraktovací sezení. Měla jsem pocit, že se nám podařilo se poměrně rychle vzájemně vyladit. Viki mne v průběhu sezení „otýpla“, spontánně říkala své fantazie o mně (že mám ráda hodně světla a doma velká okna, že mám kočku, medituju,). Další zajímavý moment v našem vyladění se odehrál v poslední čtvrtině sezení, když s Viki jednohlasně ve stejný okamžik používáme výraz „na padrt“. To jsem zřejmě více registrovala já.

Schůzku vedl/a:

Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 262 | číslo formuláře: 2110

Datum schůzky: 1.8.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: zreflektovat současný stav emoční vyčerpanost

Problematika:

Zápis ze schůzky: Viki mi ráno posílá na služební telefon omluvnou SMSku, že bude mít 15 minut zpoždění. K němu se již po svém příchodu nevyjadřuje. Přijímá dnes nabídku čaje. Ptá se po zázvoru (ten nemám). Úvahy o samostatném bydlení jsou první téma, které Viki přináší v souvislosti s třenicemi, které nyní zažívá s mámou. Popisuje „auru negace“, kterou je domov prosycen. Když ale Viki představuje jednu ilustrační situaci, není zjevné, zda ona „kousavost“ nebyla obousměrná (a zda Viki nebyla jejím iniciátorem). Do kontrastu s atmosférou domova dává to, jak se cítí v novém okruhu přátel (z Klubu 29, Kouřa). Viki později vyjadřuje, čím je pro ni tato skupina blízká, čím to, že se v partě cítí tak dobře. Zažívá tam „upřímnost a laskavost“. Téma vztahu s chlapci je další, které zde dnes otevírá. Zdůrazňuje, jak je na sebe pyšná, že Janisovi neskočila na jeho hru. Ač o něm hovoří jako o „dívkaři“ sama dodává, že od té doby, co odjel na tábor se vyspala s dvěma jeho kamarády. Dodává „jsem rozjetá“. To zachycuji a mluvíme spolu o odlišném rozpoložení minule, kdy jsem ji vnímala jako „nafrčenou“ a dnešním útlumem (dnes přichází v oblečení, které k sobě nepasuje, nenalíčená, v obří džínové bundě a často zívá). Viki říká, že tyto výkyvy jsou pro ni typické. Ptá se, zda se hodí, aby zde přečetla některé své básně. Čte dvě. Obě se mi velmi líbí, není v nich patos, a to i přesto, že druhá nese název „moje duše krvácí“. Ptám se Viki, v jakém rozpoložení básně píše. Ta říká, že ne, když je rozjitřená, ale spíše v klidu. Většinou je inspirovaná jedním výrokem (v prvním případě kamarádky, v druhém případě výrokem z knihy o HPO, kterou má dnes sebou) a na ten pak v básni reaguje, použije jej, přetvoří, atp. Později se vracíme k jejímu vztahu k chlapcům. Zmiňuje se o tom, že jeden z chlapců (Páťa), se kterými měla sex o ni projevili hlubší zájem. To Viki lichotí, zůstáváme u toho v čem. „Vidí ve mně hodnotu“. Viki je ráda ve vztahu, protože „mě to kotví, drží při zemi“ (a nemá na mysli jen sexuální nespoutanost). Viki se také zmiňuje o reakcích nových lidí, kterými je nyní obklopena. Slyšela o sobě prvně v životě, že je spontánní, což ji rezonuje s vlastním vnímáním sebe (ač by tento přívlastek do té doby nepoužila). Mluví také o zážitcích „klidu a ticha“, když skáče večer do Chrudimky. V závěru sezení se mnou Viki mluví o tom, jak se rozkouřila (z čehož nemá radost). Jako léčivou vnímala právě jen tu jednu cigaretu za den. Ty zbylé, které vykouří už sebou nesou pachutí závislosti. Viki kouká na to, co ji kouření přináší. Je to rituál (Viki ráda balí, má ráda každou fázi toho rituálu, včetně zklidnění, koncentrovaného dechu, chvilky jen pro sebe, ...). Viki odjíždí s tetou na chatu, což vnímá jako prospěšné i s ohledem na napjatou atmosféru doma. Další sezení máme domluvené již za týden, další pak až na konci srpna.

Výstupy/domluvy: Viki zde odkládá, dělí se se mnou o to, čím žije. Já jí naslouchám a zastavuji. Rovněž poskytuji zpětnou vazbu (např. na to, jak odlišně jsem ji vnímala minule a dnes). Zdá se mi, že si Viki přeje být poznána (viz otevřenost, básně, ...). Nejsem si jistá, zda jsem její uměleckou tvorbu dostatečně ocenila. Když se Viki okrajově zmiňuje o HPO, dodává, že splňuje 9 kritérií z devíti.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 262 | číslo formuláře: 2143

Datum schůzky: 9.8.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 70 minut

Zakázka: zreflektovat vztah s mámou a její přístup k m

Problematika:

Zápis ze schůzky: 4.IT Téma: blízkost a vzdálenost ve vztazích (s mámou) v kontrastu s jinými Další: vztah s mámou □ ve vztahu s mámou necítím lásku (ale hodně nárokovaní a vyvolávání pocitů viny, že nesplňuji představy) □ potřebuju cítit, že jsem přijímaná, respektovaná, milovaná, □ „Nepřipadám si chtěná“. sebeпошкоzování □ Jak se mám mít ráda, když mě nemá ráda ani moje máma?! □ dnes si tu Viki rozdoubala zranění od cigarety (včera si o sebe nechala títout cigaretu, aby cítila něco jiného než emoční bolest). Dávám jí náplast. □ častěji utíká k alkoholu a marihuaně. □ nepřišla na návštěvu k psychiatři diagnostika □ „už dřív jsem v sobě cítila díru a chtěla ji zaplnit“ (k prázdnotě, kterou prožívají osoby s HPO) □ Rodina bagatelizuje, snaží se Viki odvést od hledání se v poruše osobnosti □ Viki za popíráním dg ze strany rodiny vnímá neochotu podívat se na věci objektivně a přiznat, že možná Viki mnohdy obviňuje za něco, co není v její moci ovlivnit (např. máma Viki nesoustředěnost má za lhostejnost) Vztah s tátou □ u něj nyní Viki hledá únik (naděje, že bude svěřena do péče jemu a on jí umožní bydlet samostatně ještě před 18kou) □ rodiče nikdy nežili spolu, ve 12ti letech Viki proběhla krize v jejich vztahu (táta se pod vlivem choval agresivně a naháněl Viki strach), následně se rok nevidali Th vztah: tady se Viki projevuje svobodně (má nohy nahoře jako já, použije krém, který je na stole k dispozici), nic z toho nepůsobí rušivě s dotazem na význam toho, co se děje zde (pro Viki) vyčkávám na 5. sezení nebo přirozenou situaci, která k tomu „vybídne“.

Výstupy/domluvy: snažím se nementorovat, needukovat, nechovat se rodičovsky. Na „nezdravost“ některých postojů vůči sobě samé Viki upozorňuji až ve chvílích, kdy je zjevné, že se týkají obavy o ni, ne o to, zda porušuje společenské konvence. To vnímám jako prospěšné. Viki tak může zažívat zájem o ni (bez střežení toho, čemu se vymyká). Na to bude dostatek prostoru, až bude náš vztah pevnější.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 262 | číslo formuláře: 2184

Datum schůzky: 31.8.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 70 minut

Zakázka: učit se pracovat s pocity prázdnoty

Problematika:

Zápis ze schůzky: 5.IT Dojezd: po minulém sezení s mámou proběhl emotivní rozhovor (máme se rády, ale neumíme si to sdělit tak, aby to ta druhá slyšela). Rozhovor vedl k tomu, že se obě slyšely a Viki vnímala, že ji máma rozumí („Jako Judita bych Ti to povolila, ale jako máma Ti to dovolit nemůžu“). Viki s mámou mluvily o rodinné terapii pro ně dvě. Viki upustila od nápadu se stěhováním, o to více považuje za nezbytné na vztahu s mámou pracovat. Téma: připravit se na změnu režimu (z volného letního, který Viki tráví separé v zahradním domku) „Jak žít s válkou a prázdnotou ve mně?“ Viki popisuje, jak se vyspala s klukem, se kterým její kolegyně nemá ještě uzavřený/ukončený vztah (a na kolegyni jí záleží). Viki popisuje „blběj pocit z toho, že spím s kde kým, hulím, piju, ...ale nechci se cejtit tak utlumená“. Válku v sobě pak dokresluje popisem podosobností, které jsou zcela odlišné „nevydrželi by spolu v jedné místnosti“. Když Viki konforntuji s tím, že ale ony spolu koexistují v její duši. Viki se smíchem říká, že se ovšem nesnesou a ptá se mne, zda se už zmínila o tom, že ji byla medikace navýšena o 100%. Emoce: Když Viki emoce pojmenovává, tak je z ní necítím, naopak, když je z ní cítím (např. přejde do „recitace“ nebo humoru), tak je nepojmenovává.

Výstupy/domluvy: Registrovala jsem, že když mi Viki říkala, jak s ní mluvila o mých postojích vůči jejím plánům (odstěhovat se od mámy), zmiňovala se, že je schvaluji, nakonec to bylo ve vyprávění okrajové, tak jsem „to nechala“. Naopak, kotvím Viki náhled na to, že využívá nezdravé strategie. Nebo zachycuji a držím ji u těžkostí, které pro ni zjevně plynou z neslučitelnosti jejich podosobností. V závěru máme velkou potíž najít další termín (škola). Uvidíme, zda školní režim neznemožní budoucí spolupráci.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 262 | číslo formuláře: 2236

Datum schůzky: 16.9.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: získat pevnější půdu pod nohama

Problematika:

Zápis ze schůzky: 6.IT 16.9.2022 Dnes: Viki přichází po té, co se mne v týdnu pokoušela kontaktovat. Následně jsme se po SMS domluvily, že „to počká“ do sezení. Po té jsem ještě měla 2 zmeškané hovory. Dojezd: Vracím se nejprve za snahou se se mnou spojit mezi sezeními. Viki říká, že měla „depky“, ale pak to už nebylo tak naléhavé (věděla, že vydrží do dnes). Téma: střet s režimem, který nemám moc ovlivnit • striktní SŠ režim • konflikt a nepohoda v týmu v zaměstnání • mámina odlišná představa o režimu (učení doma, a ne v kavárně) Emoce: dnes Viki přichází ve značně depresivní náladě Mezi námi: napojení vnímám jako dobré, rovněž cítím Viki respekt k mnou nastaveným pravidlům (kontaktování mimo sezení) Viki si v průběhu ulehá na pohovku (cítí slabost), drží se ale v kontaktu

Výstupy/domluvy: Podrobněji jsme se dnes věnovaly situaci, ve které Viki reagovala na kolegy „rozumím tomu, že se zlobíte“ přestože říká, že se sama cítila ukřivděná a stanovisku kolegů nerozuměla (resp. rozuměla tomu, jak se mohla situace jevit z jejich perspektivy). Viki říká, že v podobných situacích (kdy cítí bezmoc a nepochopení) má tuto reakci naučenou (od mámy). Pravděpodobně zkracuje naštvání protistrany. Příště – doprobrat krizový scénář - co bude dělat (koho kontaktovat), když se budou opakovat stavy, ve kterých měla potřebu mi volat

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 262 | číslo formuláře: 2295

Datum schůzky: 26.9.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: zpracovat nepříjemnou ZV

Problematika:

Zápis ze schůzky: 7.IT 26.9.2022 Dnes: přichází Viki uhnaná, zjevně spěchala, aby na sezení dorazila na čas. Nevrací se k dojezdu, ale k tomu, co zažila před pár dny a co ji na několik dní výrazně ovlivnilo prožívání. Téma: zpracování kritické ZV od kamarádky Aničky, která Viki řekla, že „manipuluju s lidma, použiju je a odhodím“ Další: obava z toho, že bych mohla být „špatný člověk“ reflexe pocitu nadřazenosti v porovnání s vrstevníky a vyčleňování se budu se muset smířit s tím, že se vůči mně budou někteří vymezovat kriticky a že to ne každý bude dělat otevřeně. My: vůči Viki si držím postoj neutrality, vzpomínám na to, jak zde sdílela událost (sex s Kubou) a výčitky, které pak cítila, rovněž ji připomínám, že jsem z jejich úst slyšela, jak snadno její city vzplanou i pohasnou, atp. Nevyhýbám se ani formulaci „manipulace“ a opravuji Viki, když své manipulativní chování vůči bývalému příteli prezentuje jako asertivní.

Výstupy/domluvy: Viki je na konci procesu zpracování kritické zpětné vazby, sdílí se mnou proces zranění, pocitu nespravedlnosti, obav z toho, kolik z kritiky je opodstatněnou výhradou, dále sebereflexe, zhodnocení a nové ukotvení v sobě. Viki se nevyjadřuje k obsahu některých výtek (např. promiskuita), až později dodává „nebudu dávat za vinu svému minulému já, že chtělo být milované“. Vůči Viki vystupuji velmi transparentně a jednoznačně. V závěru mne Viki žádá o možnost společného sezení s mamkou. Už není prostor se pobavit o tom, co by mělo být jeho cílem. Necháváme na příště.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 262 | číslo formuláře: 2506

Datum schůzky: 22.11.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: SMS zpráva

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 1
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 10 minut

Zakázka: omluva ze sezení

Problematika:

Zápis ze schůzky: Viki se už podruhé za sebou omlouvá z konzultace v daný den, dnes 0,5 hodiny předem (minule dala přednost brigádě, dnes si stěžuje na křeče).

Výstupy/domluvy: Je to podruhé za sebou, co Viki nepřišla a omluvila se těsně před. Přemýšlím o možném projevu odporu? Nebo o jiných důvodech a zvažuji, jak spolupráci uchopit do budoucna.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 262 | číslo formuláře: 2978

Datum schůzky: 7.2.2023

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: rekontraktování

Problematika:

Zápis ze schůzky:

8.IT

7.2.23

Dnes:

s Viki se setkáváme více jak po půl roce
Našemu setkání předcházela SMSková (a následně telefonická) komunikace. Viki si i po dlouhé pauze automaticky nárokovala spolupráci v počáteční frekvenci.

Téma: **reflexe velkých životních změn**
rekontraktování

Aktuality:

bydlení s přítelem v rámci spolubydlení i s dalšími lidmi
vztah s mámou se dočasně narušil tím, že Viki prosazovala své metodou „**účel světí prostředky**“ – tzn. šla si za svým přes OSPOD
docházení na „párovku“ s mámou do MRP
nemocnost Viki (virózy, meteorizmus, potíže s trávicím traktem i gynekologické problémy
pohlavně přenosná choroba)
přechod na jinou medikaci a vedlejší účinky (pokles libida)
absence ve škole a komisionální zkoušky z 10ti předmětů (čekají v průběhu února)

My:

napojení vnímám jako dobré, nevnímám, že by naše předchozí vyjasňování a hraničení
Viki nějakým způsob

Výstupy/domluvy:

sdílení změn, kterými Viki prošla v uplynulém čase
sdílení cesty za samostatností a „dospělostí“ (vzdávání se komfortu ve prospěch svobody)
reflexe cílevědomosti a neústupnosti Viki
reflexe proměn některých hodnot či přístupu k nim, např. k věrnosti

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	7.3.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	65 minut
Zakázka:	zpracovat aktuální stres
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Témata: • stres plynoucí z existenčních starostí (nutnost hledat novou brigádu) • opuštění pocitů viny ze svého dřívějšího přístupu k jednomu z bývalých partnerů • filosofické úvahy - motýlí efekt, konečnost života • osobnější témata: starost o druhé "<i>chci se trápit s nima</i>" strach ze smrti blízkých "<i>s myšlenkou konečnosti jsem smířená, ale ne s její realitou</i>" - teplo rodinného krbu - ze strany mámy Viki vždy postrádala samostatnost a předčasnou vyzrálost tak Viki vnímá jako vedlejší efekt nedostatku mámina zájmu a rodičovské péče Emoce: obavy, stres, úzkost, lítost
Výstupy/domluvy:	Viki se mnou sdílí úlevné pocity z absolvování úkolů, které měla posledně před sebou, ale současně ventiluje další oblasti stresu, které se vynořily. Počáteční fázi sezení věnuje "rozjezdu" přes bezpečnější (méně osobní) filosofická témata. Dále se věnujeme mámině přístupu - snaha Viki ponechat zodpovědnost za rozhodnutí (samostatné bydlení u přítele bez finnační podpory - půjčky).
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	21.3.2023
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	zreflektovat zátěže stávajícího období
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: Viki před pracovníou pár minut čekala než skončím s předchozí klientkou Témata: • obdarovávání (k svátku) • změny dozrávání - "více si vážím, jsem pokornější, méně podléhám neúspěchům" • vycházení s komplikovanými druhými (nesnášenlivá sousedka) • vyrovnávání se s "hlučnými kritiky" (máma, otčím) • prokrastinace při zařizování, které dříve nevadilo Emoce: • rozjitření • hledání a znovunalézání stability Th vztah: plyne přirozeně, Viki se tu chová velmi spontánně, napětí jsem vnímala při čekání, po té, co jsem se omluvila, její tenze klesla (dnes nebylo tématem)
Výstupy/domluvy:	věnovaly jsme se tématům, které Viki přinášela reflektovaly jsme její změny, které se odehrály v poslední době (ještě více se urychlilo její dozrávání - samostatné bydlení) Viki registruje oblasti, ve kterých cítí přetlak či přetížení
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	18.4.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	zpracovat pocity viny spojené s pokusem o seb
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: Viki přichází po pauze (minule omluva), nyní objasňuje, že je po rozchodu a pokusu o sebevraždu Témata: • "zavržená" • "ta, která to posrala" • "strach být taková, jaká skutečně jsem - "ač se snažím, není to dost", "obava, že mě druzí nebudou mít rádi" • potřeba být uznaná muži (tátou) Emoce: • výčitky a sebeobviňování • lítost • obavy • pocit nedostačivosti a vlastního selhání
Výstupy/domluvy:	zpracováváme sebevražedný úmysl i pokus, mapujeme, co mu předcházelo, včetně iracionálních myšlenkových konstruktů (jakoby se vše dobré v životě Viki odvíjelo od Fandy), zastavujeme se rovněž u Vikčina sebeobviňování. Její sebekritika a porozumění výhradám druhých vůči ní má mnohdy (dle mého vnímání) až sebedevalvující rozměr. v závěru pracujeme více s jejím strachem z autenticity
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	8.5.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	vztah s tátou
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: Viki přichází po pracovním festivalu, cítí se vyčerpaná, ale spokojená Témata: • "nemám ráda, když si někdo všimne nějaké mé slabiny" • "dovolit si nebýt 100%ní" • zážitek pracovní týmovosti a ambivalence • vztah s tátou a dosud nevybledlá "kaňka" na něm (plynoucí z toho, že popřel své selhání, které Viki jako 11ti letou traumatizovalo) Emoce: • satisfakce (bývalý šéf ji zažil a ocenil při práci na festivale) • smutek a tesknění po minulosti • snaha kotvit je/se koncentrací na přítomnost • lítost nad vztahem s tátou a jeho odosobněným přístupem Th vztah: • obě nás zde vnímám jako otevřené, já Viki otevřeně říkám, že můj zrak spočinul na jejím levém předloktí, které je celé "omřížkované" jizvami po řezných rankách • Viki si říká o heřmánkový čaj (afty) a nebojí se mě opravovat, pokud jí můj pokus o parafrázi nesedí.
Výstupy/domluvy:	s Viki pracujeme na tom, co se v ní odehrává nyní, i když nás to ke konci sezení odvádí do minulosti, k nezpracovanému (neodpuštěnému) zážitku s tátou (ten se o jedněch Velikonocích tak moc opil, že se ho Viki bála, táta se pak choval agresivně, následně se spolu 2 roky nevidali a táta do teď událost popírá). Svůj vztah s tátou Viki často zmiňuje jako možný faktor její promiskuity, ... snahy být muži uznána.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	23.5.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	zavnímat hranice přebírání zodpovědnosti za d
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: • Viki přichází přesně, je oblečena ve slušivém černém overalu • rozehřívacím tématem jsou důsledky vynechání léku (zvýšené pocení) Aktuality: • Viki si hlídá absenci ve škole • plánování prázdnin (přprava na VŠ) • zařiování brigády Témata: • sourozenecké vztahy (2 starší bratři Benedikt, který se chystá na Nový Zéland a Teodor) • za co (ne)nesu zodpovědnost - Viki často zaměňuje "je mi líto" za "omlouvám se" - přebírá zodpovědnost za nelibé pocity druhých • jak se zdravě vymezovat vůči mámě? Prožitky: • sebeobviňování
Výstupy/domluvy:	dnes se opět vynořuje téma přebírání zodpovědnosti za druhé (sebeobviňování, omlouvání se za pocity druhých, které vznikly v souvislosti s Viki), daří se nám zachytit, odkud tato tendence plyne (máma Viki často obviňuje za své emoce, citově ji vydírá a manipuluje - Viki to takto nepojmneovává, je popisná), tuto tendenci v mnoha oblastech po mámě přejala (pojmenováváme jako " sama sobě diktátorem ")
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 262 | číslo formuláře: 3776

Datum schůzky: 6.6.2023

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 65 minut

Zakázka: pečovat o své hranice

Problematika:

Zápis ze schůzky: **Úvod:** Viki přichází v předstihu a s angínou (ke kterým je od jisté doby náchylná)

Témata:

- konflikt s mámou a vztah s ní
- **"mamka vás nemá ráda"** - vztah mamky ke mně a jak jej prožívá Viki
- zamilovanost do staršího muže a sdílení obav s tím spojených

Emoce:

- touha po blízkosti s mámou
- zraněnost
- zamilovanost
- strach z odsouzení/nepochopení
- strach z vlastní zranitelnosti a křehkosti

Th vztah: dnes od Viki slyším o tom, co pro ni th prostor (a já) znamená(me)

(Sebe)reflexe:

- zvažovala jsem dnes, do jaké míry pracovat s faktem, že Viki přišla na sezení nemocná, tématu jsme se dotkly jen v úvodu, více jsem do něho nešla
- naopak z uchopení tématu "mámin vztah vůči Vám" jsem měla pocit výtěžnosti (pochopení pro máminu závislost na mínění druhých, žárlivost na blízkost s dcerou,), stejně tak jsme hovořily o tom, jak se při útočení na mně cítí Viki
- v tématu zamilovanosti jsem Viki pouze provázela a mapovala oblasti obav - ty vyvstávaly ze strachu z reakcí nejbližšího okolí, ale i z nitra Viki (doznívání emocí spojených se vztahem s Františkem, obavy z nových zranění)

Výstupy/domluvy:

- mapování zdrojů konfliktů ve vztahu s mámou (manipulace a nevyřčená očekávání ze strany mámy, na které Viki reaguje vzdorem či odporem),
- zachycení vyjádření velkého významu, který pro Viki vztah s mámou má,
- pozastavení u prožívání situací, kdy jeden významný vztah útočí na jiný pro Viki důležitý vztah (mamka x já)
- reflexe aktuální emoční bouře v čase zamilovanosti do nového muže
- reflexe vlastních limitů a rizik

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky: 21.6.2023

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 5 minut

Zakázka: omluva ze sezení

Problematika:

Zápis ze schůzky: Viki se ze sezení omluvila kvůli horku.

Výstupy/domluvy: -

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	31.7.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	SMS zpráva
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	20 minut
Zakázka:	domluva další spolupráce
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Opět po čase Viki nabízím uvolněný termín v čase, který ji v minulosti vyhovoval (naše dřívější dohoda).
Výstupy/domluvy:	Viki mi odepisuje s informací o prázdninové pauze. Vyjasňujeme si pauzu ve spolupráci. Koncem prázdnin se Viki ozve, abychom se domluvily na spolupráci v novém školním roce.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	19.9.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	vyrovnání se se
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: • potkáváme se po několikaměsíční pauze (o prázdninách Viki nebyla v Pardubicích) • Viki dnešní image na mne působí dojmem zanedbanosti, omšelosti (zelenošedé vlasy, černá rtěnka rtech kontrstují s bílou pletí) • Viki předznamenává, že "včera se něco stalo" Téma: • opakovaně zavržovaná a odmítaná vrstevníky • (Viki se opakovaně stává, že je odmítnutá a zavržená i lidmi, které považovala za přátele, se kterými nikdy neměla konflikt, kterým "jsem nikdy nic špatného neudělala, ti se mají potřebu vymezovat vůči tomu, jak žiju, hodnotí mě jako nemorální nebo psychopatickou") • strach z opuštění Emoce: • zranění a rozbolavělost (plakala) • naštvaní • strach z opuštění • nespravedlnost a křivda • naděje, že život půjde dál (včera zážitek s oblíbeným slampoetrem) Th vztah: • vyladění na Viki mi dnes chvíli trvá a děje se v průběhu celého sezení • s Viki propátrávám její témata, podpůrně i všetečně, podivuji se nad tím, čím to, že se jí situace s vrstevníky opakuje • rovněž vnáším (věřím, že) přiměřeně edukační a varující rozměr do sezení (při hovoru o psychadelikách) Výstupy/domluvy: • sezení slouží primárně k ventilaci silných emocí, které vyvolal včerejší zážitek (kdy byl blízký přítel Viki varován od jejích známých) před ní samotnou, to se Viki silně dotklo • Viki má náhled na to, že je "snadné mě nenávidět", chápe, že svým životní stylem a založením (promiskuita, rozvolněnost - přijímání a popouštění uzdy stinným stránkám jejího já) naráží na hodnotovou orientaci jejích vrstevníků, kteří v daném věku častěji zastávají dichotomní nazírání na svět a ti mají potřebu se před tímto chránit • Viki se cítí zraněná, odmítaná, nepřijímaná - to zde pojmenovává, odžívá a dostává se i o úroveň níž, ke svému strachu z opuštění, v závěru se ale objevuje opět její resilience (rdí se při zmínce o online setkání se svým oblíbeným slamerem) • v hzávěrečné fázi sezení vystupuji edukačně a jsem svědkem salutogenních faktorů Viki, kterými je orientace na přítomnost, budoucnost, schopnost získat krátkodobý zájem druhých lidí
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky: 11.10.2023

Forma služby:

Způsob kontaktu:

**Jednání v zájmu
klienta:** NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: minut

Zakázka:

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Výstupy/domluvy:

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 262 | číslo formuláře: 4744

Datum schůzky: 25.10.2023

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: ulevit si od zátěže, posílit stabilitu

Problematika:

Zápis ze schůzky: **Úvod:** Viki přichází se zpožděním (potíže v MHD)

Aktuality:

- po výletu do Londýna
- bratr se chystá na přestěhování na Nový Zéland
- výrazné vypětí - studijní povinnosti střídají brigádu (bistro na nádraží)

Rozpoložení:

- "vyždímaná"
- "je toho na mě strašně moc"

Témata:

- vize vlastní budoucnosti (studium, život v Nizozemí)
- význam akademické úspěšnosti
- já a systém (středního školství)
- moje nároky na mne i na ostatní (kritika povrchnějšího přístupu, respekt k úsilí a vášni)

Výstupy/domluvy:

- sezení má především ventilační charakter. Viki si přichází ulevit od tíhy, kterou nese. Nechce přitom hledat cesty k případné změně. To pojmenováváme.
- pozastavujeme se společně u některých témat např. vize budoucnosti - hodnoty Viki (touha žít v politicky svobodné respektující zemi, ..) - potíž akceptovat/"vejít se" do pravidel, o jejich významu pochybuje
- dnes (více než na jiných sezeních) se projevuje Viki nadřazený postoj vůči některým méně zralým vrdtevníkům (kteří ale vývojově spadají do své "kategorie) - posilujeme tak respektující přístup vůči druhým

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	30.11.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	popracovat zranění z minulosti
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: • Viki dnes hned v úvodu předznamenává, že by se ráda věnovala jedné situaci a vyjadřuje obavu ze svých OM "<i>doufám, že od toho neuteču</i>" • příběh kamarádky vyvolal vlastní "stará" nedohojená zranění Témata: • zážitek opuštění "<i>všichni mě hromadně opustili</i>" ... <i>jednoduše a rychle</i> • touha po dokonalosti, závist dokonalosti (stres z přijímacích zkoušek 1,5 roku před, porovnávání se spolužačkou "doknalou ve všem") Vhledy: • Viki sama vyjadřuje přání "<i>obejmout tu Viki, která si tehdy dávala všechno za vinu</i>" Emoce: • vztek na Fandu, ostatní, kteří ji opustili (změna směru naštvanosti - dříve proti sobě) • laskavost vůči sobě • závist • touha po dokonalosti Výstupy/domluvy: Viki dnes popracovává staré zranění, zprostředkovaný zážitek kamarádky vyvolal vzpomínky na období, kdy ze dne na den přišla o všechny opory z vrstevnické skupiny. Společně se za zraňujícím prožitkem vracíme, reflektujeme proměnu v přístupu k němu (dříve sebeobviňování, dnes porozumění a vztek na ostatní). V závěru setkání se otevírá ještě téma touhy po dokonalosti - Viki "řeší" 1,5 roku dopředu stres z přijímacích zkoušek, záleží ji na studijním úspěchu, v něm se porovnává s těmi nejlepšími. Toto jen zachycujeme a společně reflektujeme.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 262 | číslo formuláře: 5205

Datum schůzky: 16.1.2024

Forma služby:

Způsob kontaktu:

**Jednání v zájmu
klienta:** NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: minut

Zakázka:

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Výstupy/domluvy:

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	30.1.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	zutilkovat vášeň a kreativitu
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: - vyjasňování vyčerpání možných absencí a diskuse o tom, co by nastalo v případě další - Dr. Miletín (kdysi jsme hovořily o dublování služeb) Aktuality: - nový muž (Viktor) v životě Viki (zamilovaná) - období Fénix "<i>povstala jsem teď z popela</i>" Témata: - využití potenciálu (kreativita a vášeň) ty teď směřují do tvorby podcastu - vztah k drogám - pozitivní, ale s vědomím možných negativních důsledků (drží suchý únor od všech drog) - postoj k budoucnosti - volný, bez potřeby ji předurčovat předem Vhledy: dnes nevnímám, že by k nim docházelo na místě, Viki zde prostor využívá zejména ke sdílení toho, co má již nahlédnuto Emoce/rozpoložení: - vášeň - kreativní zaujetí - podrážděnost a potřeba vymezit se - seberealizace Výstupy/domluvy: - dnešní sezení jsem zažívala zejména jako prostor pro sdílení, dnes více s důrazem na hodnotovou orientaci Viki - objevily se tu i prvky humoru, pobavil mě Viki výrok "<i>možná je to součást mé poruchy, ale nemám ráda hloupost</i>" (narážela přitom na "pověstný" pocit nadřazenosti lidí s HPO) - sezení tak bylo laděno k sebereflexi a zvědomování vlastních hodnot a postojů
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	19.2.2024
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	zpracovat minulost
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: rozechřívacím tématem je vztah k věcem Témata: • proces zpracovávání traumatizujícího zážitku ztráty přátel • "strach, že přijdu úplně o všechny" (byl i před událostí) • ztráta Anežky "<i>milovala jsem ji víc než Fandu</i>" (<i>jediná blízká holčičí kamarádka, vtrřstevnice</i>) - to nejobtížněji pouští • zkratky - "<i>raději LSD než 12 hodin meditovat</i>" Emoce: • stud a zostuzení (vyvolán odmítnutím a opovržením většinou) • ztráta a smutek nad ní • strach ze ztráty blízkosti • křivda Výstupy/domluvy: • Viki přichází postoupit v procesu doprožívání ztráty přátel, ale i zavržení ("tahá mě to do minulosti"), vracíme se k dosud nepřijatým ztrátám (Anežka) a prožitkům, které stále vyvolávají bolest • sezení je ventilační, explorační, podpůrné, přinášející vhledy a konfrontace (preference zkratek)
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	11.3.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	reflexe střežení si vlastních hranic
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: V. je dnes "duchem nepřítomná", nemůže najít knížku, se kterou včera cestovala Aktuality: • jarní prázdniny • Viki má v plánu připravovat se na Cambridge zkoušky • končí s brigádou v bistro • domlouvá si novou brigádu učení Aj online • napětí ve vztahu s kamarádem, který s V. hraje "hry", když V. odmítá, oddaluje se Témata: • potřeba být doceněna (brigáda) • ztrácení věcí • jak nakládám se stresem • nedůvěra a potřeba se ujišťovat (ve vztahu s Viktorem) • vztah s kamarádem Davidem - Viki hraničení Emoce: • nervozita a napětí (ztrácení) • dotčení a vymezování se (brigáda) • hrdost a potřeba být doceněna • žárlivost a nedůvěra Výstupy/domluvy: • Viki dnes přichází probrat vše, co v ní aktuálně "tepe" • zastavujeme se u tématu hrodsti, potřeby ocenění (brigáda), potřeby transparentnosti (kamarád David) • následně se Viki dotýká své potřeby se ujišťovat, která se negativně promítá do vztahu s Viktorem, který ji pochopitelně čte jako projev nedůvěry, s Viki mapujeme kořeny této potřeby, Viki od ní získává odstup
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	23.4.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	překlenout depresivní etapu
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: s Viki se vidíme cca po měsíci (jedno sezení bylo zrušeno kvůli mně) Aktuality: - rozchod s Viktorem - nečekané úmrtí 7mi leté kočky - Viki doma způsobila malý požár (pouze na pánvičce) - chodí s mámou každý týden cvičit Témata: - pocity opuštěnosti a samoty - objevení vzorce, kdy máminy silné emoce "nakazí" Viki, která reaguje neméně emotivně (ač byla předtím v klidu) - prožívání depresivního období x reakce okolí Emoce: - smutek - zklamání důvěry - samota a osamělost (bez opory)
Výstupy/domluvy:	- práce s Viki má dnes "odpich", i když Viki přichází spíše usebraná, vyklidněná, v pomaleším tempu - vrací se za ztrátami, kterými si v uplynulém čase prošla, zdá se, že je má již odžité, spíše "dočišťujeme" - to, co Viki zbývá jako téma je opakující se zážitek, který v ní vyvolává "pocit, že nakonec mě všichni opustí, i když se snažím" - dočišťování je typické pro celé dnešní sezení, doptávám se na nejasnosti (např. v čem byl vztah s Viktorem "vztah nevztah", jak prožívali v rodině smrt Alex, jaké je cvičení s mámou, ...) - pracujeme také se vzrocem, který Viki odhalila (nakaaživost silných emocí druhých) a rovněž kotvím její duchapřítomnost (při požáru přikryla pánev pokličkou - na sezení se objevuje z mé strany i edukace a porozumění pro mámu (snaha mobilizovat Viki k činnosti v čase její "deprese"
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	6.5.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	udržet stabilitu
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: Viki v počátcích sezení zívá (ještě dojíždí víkendový režim) Aktuality: • atmosféra doma napjatá (máma s Jiřím mají před dovolenou - drží dietu a jsou podráždění) • stres - dochází léky (antidepresiva) a propadla platnost ereceptu, V. se nedaří do ordinace dovolat Témata: • jak prožívám nepartnerský přístup (právě např. od psychiatra) • zdraví • mé tělo a vnímavost vůči němu • "zvýšená potřeba hebkosti" - holení včetně rukou Emoce: • stres • napětí • pocity zmaru a zbytečnosti (u psychiatra)
Výstupy/domluvy:	• Viki dnes v průběhu sezení odchází zvracet, má prázdný žaludek a udělalo se jí nevolno, to nás pak zavádí k tématu zdraví a vnímavosti vůči svému tělu a jeho potřebám • v závěru sezení se rovněž vyjevuje zvýšená starost o pleť a kůži - např. potřeba a touha po "hebkosti", která Viki vede k tomu, že si holí i ruce (přestože má na nich chloupky jemné a světlé) • zbytek sezení probíhal ve znamení sdílení a sebeuvědomování
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	3.6.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	získat stabilitu
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: Viki dnes přichází v hnědém, působí unaveně (v průběhu konzultace zívá) Aktuálně: • znovu vstoupil do života David • začala dělat autoškolu • v sobotu čekají cambridge zkoušky • včera absolvovala 3 hodinový rozhovor k BP o HPO • má za sebou zánět střev (léčbu ATB a bolesti) Témata: • emoční rozbolavělost a pocit "vybraná" a "zrazená" po dalším opuštění (tentokrát Davidem, který se nejprve "lísal" a pak napsal, že se zamiloval do jiné dívky • proměňující se životní scénář - "neumím odmítnout projev mužské náklonnosti" - tato část přetrvává, ale dříve bez větší citové angažovanosti V., nyní se V. do vztahů více vkládá a pak se cítí být "vybraná" "zase zažívám opuštění blízkého" Vhledy: • opakuje se mi vydávání se druhým (i přes počáteční ostražitost) a neschopnost odmítnout či brzdit a následná retraumatizace, když jsem opuštěna
Výstupy/domluvy:	• dnes se s Viki zaměříme na čerstvý zážitek (pátek) odmítnutí a opuštění, které v nedohojeném procesu (Viktor) působí obzvlášť bolestivě • Viki je po ventilování emocí, sdílení své rozbolavělosti, pocitů zrady, ... ochotná dívat se na mechanismus toho, co se jí v životě opakovaně děje i na to, co se proměnilo (je shopná vztahy prožívat jinak než sexuálně) • Viki si sama pojmenovává, že potíží vnímá v tom, komu blízkost dává, s kým ji dovoluje, zatím ale nevnímá způsoby, jak by mohla poslechnout varování, která slyší a ubrzdit svoji potřebu "dát se"
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	17.6.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	zpracovat vztah s tátou
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: • Viki si říká o štávu • zmiňuje se o tom, že včera koupila dřus za 90,- (aby se vyplatila 20% sleva) Aktuálně: • psychicky stabilnější (za sebou zkoušky z Aj) • psychicky se připravuje na čas trávený s tátou (festival porozumění) • přidala se k Pirátské straně Témata: • vztah s tátou - jeho překážky (hodnotové odlišnosti, vnímání táty jako nadřazeného, povyšujícího se vůči druhým a nerespektujícího,...) "reprezentuje vše, čím na lidech opovrhují" • vztah k tomu, co z táty nesu v sobě Emoce: • obrana a potřeba se vědomně ochránit (táta) • odpojenost • větší vyrovnanost • slábnoucí nenávist (táta)
Výstupy/domluvy:	• dnešní sezení Viki věnuje hovoru o tátovi, jejímu vztahování se k němu, jejímu postoji a cílené ochraně sebe samé • Viki prezentuje svoji odhodlanost, rovněž dnes vyjadřuje obdiv vůči mámě a doceňuje její trpělivost, zručnost, všestrannost, • na sezení dochází k mentalizaci, prohlubování všímavosti vůči některým aspektům, které souvisejí se vztahem k tátovi (zejména "tátovi v sobě")
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky: 3.7.2024

Forma služby:

Způsob kontaktu:

**Jednání v zájmu
klienta:** NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: minut

Zakázka:

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Výstupy/domluvy:

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 262 | číslo formuláře: 6402

Datum schůzky:	3.7.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Telefonní hovor
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	15 minut
Zakázka:	omluva, krátká reflexe
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Viki mi telefonuje z autobusové zastávky v čase, kdy mělo začínat sezení. Autobus nepřišel (a to kouká na prázdninový jízdní řád). Viki mne informuje o tom, že se má hezky, dnes se chystala pouze posdílet zážitky z chaty, sezení tak není tak naléhavé (a V. tak nevyužívá nabídnuté možnosti "vtisknout" ji do rozvrhu na příští týden).
Výstupy/domluvy:	Domlouváme náhradní termín na srpen. Viki reflektuje prázdninový čas i své rozpoložení.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 262 | číslo formuláře: 6524

Datum schůzky: 7.8.2024

Forma služby:

Způsob kontaktu:

Jednání v zájmu
klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: minut

Zakázka:

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Výstupy/domluvy:

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky: 29.10.2024

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: zreflektovat zátěže stávajícího období

Problematika:

Zápis ze schůzky: **Úvod:**

- Viki se se mnou spojila SMS s připomenutím žádosti o nabídku uvolněných termínů v pondělí ráno
- bylo to v čase, kdy jsem jí já sama posílala (3 dny před) zprávu na WhatsApp s nabídkou termínu v prázdninovém čase
- V. přichází na čas, natírá si nové tetování (uroboros)

Aktuality:

- absence partnerského vztahu i milostného života
- starosti a obavy z možnosti neúspěchu u přijímaček na VŠ
- nová brigáda v Tiger
- vysazení antidepresiv
- dnes si jde pro RP
- čeká návštěva prarodičů v HK
- doma je na černé listině otčím (M by se ráda rozvedla, "ale")

Témata:

- atmosféra ve vztahu s mamkou - "*pomáháme si, nebojujeme*"
- "**případám si staře**" - přístup k životu, starosti, tíha zodpovědnosti, rutina, ...
- péče o **vztahy na dálku** - neumím (brácha na Zélandě)

Emoce a rozpoložení:

- obavy, úzkosti, "touha" (VŠ)
- úleva, porozumění, účast, "partáctví" (mamka)
- jistota, ale i nuda (rutina)

Výstupy/domluvy:

- Viki přihází posdílet, jak se jí v posledním období daří, zmiňuje se, že jí sezení výrazně chybí, v závěru se mne ptá, zda můžeme domluvit termín, což neumožňuji, V. nechávám stále jako náhradnici (vzhledem k jejím častým absencím na poslední chvíli)
- V. reflektuje vývojové proměny ve svém nastavení přehodnocení sexu jako zdroje posilující a ujišťující ZV od mužů; více povinností a zodpovědnosti v životě (více v oblasti samostatnosti a nezávislosti, na úkor "společného" - viz povinnosti v domácnosti)
- V. sama pojmenovává některá témata, kterým nemáme prostor se již z časových důvodů hlouběji věnovat ("chlad ve vztazích s těmi, které nevidám")

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	11.11.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posilovat vědomí sebe samé
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: Viki se před sezením omlouvá za zpoždění pár minut (doprava MHD) Aktuality: • pocit tlaku a vyčerpanosti • brigáda v obchodě nebaví (více se zbožím, málo s lidmi) • finanční tlak (rozbil se telefon, prasklo sklo na iPadu) • v Bakla potkala kluka, který stál na začátku rozchodu s Františkem - iniciovala rozhovor, svěřila se s náběhem na pan. ataku, který měla, když jej tam viděla poprvé následovala její SMSka, ve které se chtěla ujistit, že byl ten rozhovor OK a ne trapný - zpráva zůstala bez reakce - prohloubilo pochybnosti a vyvolalo další emoce • s Davidem se vyspala po té, co jí řekl, že se po deváté vrací ke své přítelkyni Darje Témata: • potřeba potvrzení zvenku (závislost na mínění druhých) • vztahové x individuální cíle - míra vlivu a zodpovědnosti (viz Bakla) • proces znovu obnovení důvěry v lidi - pozvolný Emoce a rozpoložení: • rozlada (brigáda, finance) • znejištění, stud, pocit trapnosti, vztek (Bakla) • znejištění a potřeba ujištění (i jindy) • blízkost, důvěra (David) • pocit zodpovědnosti a závislosti (máma - půjčený telefon)
Výstupy/domluvy:	dnešní sezení patří k Viki typičtějším (po minulém méně typickém). Viki přichází posdílet dění posledních dní. Věnujeme se pozastavení u situace, kterou zažila v Bakla. Tu procházíme z více perspektiv. Viki se směje při zvědomování toho, jak velkou moc dává druhým lidem (resp. ve smyslu jak jí jejich reakce může znejistit, či uklidnit) a vrhá konečné světlo a vytváří pocit ze sebe. U toho se pozastavujeme. Stejně jako u pokračujícího procesu vylézání do světa směrem k lidem (po lízání si ran). Viki si upevňuje nadhled a získává odstup.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky: 27.1.2025

Forma služby:

Způsob kontaktu:

**Jednání v zájmu
klienta:** NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: minut

Zakázka:

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Výstupy/domluvy:

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	3.3.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	stabilizovat se
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: říkám Viki, že jsem ji v pátek viděla z MHD, V. reaguje podrážděně Aktuality: • po maturitním večírku (V. není sdílná, je věcná, tátu tam neměla, nezvala, on zájem neprojevil, nepotřebovala ho tam) • z maturity stres neprožívá, cítí se na ni připravovaná systematicky • tíží ji stres ohledně přijímaček • absolvovala přípravný kurz v Olomouci Témata: • strach z neúspěchu • pochybnosti o sobě "<i>nestačím na to, nemám na to</i>" (<i>porovnávání se</i>) • strach z idealizace VŠ studia Rozpoložení a prožívání: • stres, tlak, úzkost • sebezpochybňování • porovnávání se a znejištění v sobě • Viki na sezení opakovaně pláče (v souvislosti se sebezpochybňováním) Výstupy/domluvy: • Viki dnes přichází ve zjevné psychické nepohodě. V něčem unikátní (takto jsem Viki ještě neviděla). S blízcími se přijímačkami na Viki doléhá stres a strach "ze selhání", z neúspěchu.... poprvé formuluje obavu, že na studium (resp. přijímačky) "nemá". Již dříve jsme mluvily o smyslu/významu studia psychologie, ... Pracujeme s metaforou životního cíle a různých cest, které k němu mohou vést (není jen dálnice). JZdá se, že V. může zažívat i strach z konce jedné životní etapy a prožívat obavu, zda ta následující etapa (ke které tak dlouho směřuje) naplní její očekávání (viz obava z toho, že si idealizovala VŠ studium i život). Pojmenováváme spolu pschické rozpoložení V. "opuštění sama sebe". • ráda bych V. nabídla blízký termín
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky: 15.5.2025

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: (v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: reflektovat a posilovat porozumění

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Aktuality:

- v tomto týdnu čekají přijímačky, na které se V. nestihla připravit
- čeká slavnostní zahájení maturit - odpor, nechce přijít
- vývoj vztahu s Davidem - V. s ním nyní nespí, což D. znejistilo
- poprvé běžela - city guess (5km nejhorší čas)
- nové kamarádky (jedna z nich bývalá Františka)
- obdov vůči kytaristovi z jedné kapely - výzva "nevyspat se s ním"
- s Davidem z Prahy se viděla a tomu neumí (nechce) říci ne

Témata:

- zpěčování - proti čemu? - zásady (povinnost pořídit nákladné květiny)
- "bývám radikální"
- **sex** - "*nechci být jedna z mnoha*" (kytarista); u fotografa Dejva jí to nevadí
- "*nechci kontaminovat přátelské vztahy sexem*" ...

Rozpoložení a prožívání:

- stres (přijímačky)
- odpor, naštvanost (předražené květiny)
- zklamání (běh)
- nadšení a pokušení (kytarista)
- pocit provinilosti a stud (sex s Dejvem)
- předsevzetí

Výstupy/domluvy:

- Viki dnes přichází posdílet aktuální stresy, kterým čelí. Nejprve sdílí své aktuální prožívání, které souvisí s událostmi těchto dní. Irituje ji předepsaná povinnost zakoupit zkušební komisi nákladné květiny. Vnímá rozpor s tím, co sama považuje za adekvátní.
- vztahový život je další věc, o které Viki hovoří a která se v jejím životě vyvíjí, rozšířil se okruh lidí, se kterými se vídá (expřítelkyně Františka, skupina běžců)
- potastavuje se rovněž u svého vztahu k sexu a u přetrvávajícího přání nepoužívat sex jako běžnou součást vztahu mezi mužem a ženou, v některých vztazích se jí to daří, v jiných nikoli (fotograf Dejv) a v jiných si přeje, aby se jí to podařilo (kytarista), Viki slyší moji parafrázi jejího sdělení "*mít sex jen s těmi, se kterými si nerozumím*"

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 262 | číslo formuláře: 8405

Datum schůzky: 18.6.2025
Forma služby: Ambulantní
Způsob kontaktu:
Jednání v zájmu klienta: NE
Počet jednání:
(v zájmu klienta)
Délka schůzky: minut
Zakázka:
Problematika:
Zápis ze schůzky:
Výstupy/domluvy:
Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 262 | číslo formuláře: 8448

Datum schůzky: 25.6.2025

Forma služby: Ambulatní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka
Telefonní hovor

Jednání v zájmu
klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 50 minut

Zakázka: stabilizovat se

Problematika:

Zápis ze schůzky: **Úvod:** s Viki se spojuji SMSkou po té, co má 10 minut zpoždění. Viki mi obratem s pláčem telefonuje. Na sezení zapomněla. Dává si to do souvislosti s vyjetím z režimu a struktury školních dní. OPakovaně se omlouvá.

Aktuality:

- na zahájení maturit nakonec šla, odešla jako první
- v čase předání maturitního vysvědčení byla na festivalu
- před maturitou si byla nucena říkat o peníze mámě (nechodila na brigády) - nepříjemný pocit závislosti
- celý následující měsíc zaplánován brigádami, každý den (chce si vydělat)
- stres, že se nedostala na psychologii, ale u přijímaček na UPCE dostala 100 bodů ze 100, to pak táta shodil (že to musel dostat každý, že to není žádný úspěch) - proběhlo na festivalu, podpořila kamarádka
- úleva víc než z maturity, z konce studia
- přehodnocování plánů do budoucnosti, přemýšlení o tom, zda by bylo studium psychologie kompatibilní s dalšími plány a životními prioritami (hudba, pořádání kulturních akcí, učení se hry na klavír, ..)
- zjištění, že jeden ze známých ji pomlouvá za promiskuitu (přestože on sám promiskuitní je a V. jej několikrát odmítla), V. se obává setkání s ním
- Dominika se za V. postavila i v rozpravě/při se svým přítelem

Témata:

- zodpovědnost/režim
- samostatnost a nároky - finanční nezávislost (brigády),
- přetížení - "rozmixovanost" - dělám tisíc věcí najednou (po brigádách se vídá s lidmi)
- sebevědomí - snadno nabouratelné, závislé na ZV od okolí - odmítaná
- zdroje podpory (kamarádka Dominika - postavila se za ni)

Rozpoložení:

- pocit trapnosti
- stud
- pocity viny
- pocit nedchopnosti (závislosti, že
- neukotvená, neuzeměná, rozmixovaná, neharmonická
- zklamaná
- dojetí (když se Dominika postavila za V.)

Výstupy/domluvy: Viki se mnou sdílí rozvířené emoce, které sama popisuje výrazy "rozmixovaná", "neukotvená" atp. Shrnujeme změny, které se v životě V. udály ... ukončení školy, změna plánů do budoucna (už x let V. počítala se studiem psychologie, na kterou se nedostala), kritika a shazování ze strany táty, konfrontace s pomluvami, změň brigád a společenských akcí. V. ventiluje své emoce, získává od nich odstup. Rovněž si odžívá pocity selhání a "bezmoci z vlastní nekompetence" (zapomenutí na schůzku domluvenou včera večer). Z mé strany zažívá akceptaci a hledání rozumění významům. Domlouváme se, že se V. ozve až bude cítit potřebu i schopnost plánovat.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky: 1.10.2025

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 40 minut

Zakázka: posilovat sebe-uvědomování

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Úvod:

- s Viki se dnes setkáváme po té, co jsme se potkaly ve městě a následně se V. ozvala a řekla si o termín
- dnes si musí hlídat čas, přednáška je posunutá, bude dříve odcházet

Aktuality:

- po klidném 4.ročníku SŠ, kdy byla vyklidněná a její život se pohyboval v pravidelném rytmu, se dostala opět do svého víru
- rozevláté a rozlítané léto
- aktuálně 3 brigády
- s podzimem přišel pocit, že v těžkých časech sezónních depresí bude ráda s někým
- randí s jedním klukem
- VŠ studium se jí aktuálně zamlouvá
- začala horolezčit a zapsala si jógu
- ráda by se věnovala klavíru a komponování

Témata:

- přizpůsobování se x svoboda a nezávislost
- ... ze soukromí zahradního domku znovu do společných prostor (skřípe to, nechce se)
- ... partnerství a závazky
- ... škola, povinnosti, brigády

Rozpoložení a prožívání:

- popudlivost (v některých chvílích - technologie, máma)
- vnímání rozšířených možností (obor VŠ)
- rozevlátost
- vztahovost (vztah k sobě x vztah ke druhým)

Výstupy/domluvy:

Viki dnes přichází po delší pauze. Sdílí se mnou události léta i posledního týdne (nástup na VŠ). Konzultace je z valné části sdílecí. Krom toho registruji Viki posun ve zpětné reflexi některých událostí (např. pohled na ukončení vztahu s Františkem) a pak se pozastavujeme u chování mámy (které Viki irituje), ale které v určité míře může registrovat i sama u sebe. V tomto ohledu tak dochází k náhledu a sebereflexi. Viki má zájem o sezení (nenabízím termín, je vyoutovaná, nabídnu uvolněný či neobsazený - odkazuji na pravidla).

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	19.11.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posilovat sebe-uvědomování
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Aktuality: • pokračuje ve vídání se s Michalem, jsou ve vztahu, i když tomu tak neříkají • na dnešek V. spala u kamaráda Ondry, Michal tam přišel taky • Michal - VŠ nedostudoval, pracoval v ČSOB, nyní bez práce, hledá v oboru IT • hádky s mámou - naposledy reagovala výčitkou hned ráno, kdy Viki obvinila z nezdvořilosti proto, že když se v noci vrátila domů, že nepřišla pozdravit jí a kamarádku (ještě byly vzhůru) • máma je v tomto období pesimističtější a více negativistická, než v minulosti (shoda i s bráchou), po máminých "atakách" Viki hledá jiné bydlení (i když v ní mámino obviňování nevyvolá pocity viny) Proměny: • větší autoregulace než v minulosti (vnitřní impulz přijde, ale V. jej nyní upracuje uvnitř a nejedná tak reaktivně, jako v minulosti) • nenechá v sobě vyvolat pocity viny obviňujícím chováním druhých ("obětí") Témata: • co se mnou dělá role oběti u druhých (jejich dezinterpretace a hýčkání si pocitu dotčenosti a ukřivdění) - máma, Michal (mámimo trestání i několikadenním mlčením) Rozpoložení a prožívání: • úmorné, vyčerpávající, ubíjející (viz "oběti") • rel. spokojenost
Výstupy/domluvy:	Viki dnes přichází sdílet, co se v jejím životě děje, čím žije. Více se zastavujeme u jejího okruhu HPO nejbližších a u toho, jaké nároky to klade na V. Ta si díky kontaktu s těmito blízkými zvědomuje některé své pokroky i výzvy, které má ještě před sebou. Dnes pracujeme se snadnou aktivací role zachránce /v případě kontaktu s obětí/. Viki tuto roli nepřijímá jen altruisticky, ale i čistě "sobecky", protože je jí v tíživé atmosféře nedobře. Mluvíme dnes o já výroku i dalších možnostech zaujetí pozice. Daří se nám zastavovat se u Viki samotné.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	1.12.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posilovat sebe-uvědomování
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: tentokrát V. přichází po krátké pauze (mohla jsem ji nabídnout dřívější termín) Aktuality: • končí brigáda v pojízdné kavárně • na plno rozjíždí brigádu v bistru, kde jí je dobře se šéfkuchařem, méně dobře s kuchařem • má za sebou 2 víkendové směny, dnes je unavená • proběhly společenské akce, kde se Michal necítil dobře, V. obvinil z nedostatečné vnímavosti vůči němu (2 hodiny rozhovor s Davidem - ex Viki, ve kterém mu nebylo dobře, ale nedal to na jevo) Témata: • zodpovědnost ve vztahu a její hranice - za co ji nesu a za co ne • rodič x dítě - co dělá tento typ komunikace v mém vztahu s Míšou Rozpoložení a prožívání: • napětí a tlak (Míša) • lítost a pochybnosti (Míša) • solidarita a touha podpořit x střízlivost (bistro)
Výstupy/domluvy:	dnes pokračujeme v tématu přijímání agresivních a pasivně agresivních projevů druhých. Nejdéle se pak pozastavujeme u komunikace Do x Do, která se ve vztahu s Míšou mnohdy nedaří. Míša často vystupuje z pozice Dítěte a ve Viki vzbuzuje dojem, že je povinná reagovat jako Rodič a ze situace jej vyvést. Díváme se na to, jak se v takové interakci V. cítí, co ji do ní "dostává", jak reaguje uvnitř i ven. Posílujeme tak náhled a (sebe)reflexi.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	2.2.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posilovat sebe-uvědomování
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: V. nabízím uvolněný termín a ta jej ráda přijímá Aktuality: • Michal se s Viki rozešel, ale projevil zájem o pokračující přátelský kontakt • zdravotní potíže - plísň v těle (možná důsledek pobytu v zahradním domku) • zpětně uvědomění týkající se způsobu fungování ve vztahu s M. "děkala jsem věci, které odporují mým zásadám" • i po rozchodu M. naplánovala oslavu • měla starost o kamaráda Ondru - byl intoxikovaný a sebevražedný, volala mu policii • spřátelení se s expřítelkyní Michala Vévou (a informace o Michalovi - zbil Věvu) • lyžování ve 13ti lidech (parta od Věvy) • vídání se se spolužákem Adamem (který V. ale ve většině věcí neimponuje, V. se na něj dívá pouze jako na atraktivního muže) Témata: • "spasitelský komplex" • pocit zrady a znevážení vztahu - <i>"pro mě vztah zjevně znamenal víc, než pro něj"</i> Prožitky: • pocit zrady • ponížení a potupa • deziluze • důvěra ve Věvu a radost z nového přátelství
Výstupy/domluvy:	s Viki se vidíme po dlouhé pauze, proto má potřebu mi sdělit významné milníky, kterými v daném období prošla. Zotavování se z rozchodu s Michalem, se kterým plánovala budoucnost ještě probíhá. Viki si zvědomuje některé své tendence jako je ta, kterou nazývá "spasitelský komplex". Kromě rozchodu výrazně prožívá informace, které má od bývalé přítelkyně Michala a které mění její obraz o něm a vrhají tak stín nedůvěry i na samotný vztah. Výrazně vystupuje V. resilience a schopnost se postavit na nohy a jít dál (viz opora v jiných vztazích, aktivitách, společnosti, možná "únik" do nich?).
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 262 | číslo formuláře: 9761

Datum schůzky: 17.2.2026

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: posilovat sebe-uvědomování

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Aktuality:

- Viki si našla podnájem v Polabinách (spolubydlení s dalšími dvěma děvčaty)
- rozhovor s mamkou proběhl už v minulém roce (diskuse o kapesném)
- Ondra měl 28. narozeniny (V. je ráda, že se jich dožil)
- profil na Tinderu
- víkendy 12ky, pracuje na 0,5 úvazek
- kortikoidy jí způsobily výrazné kožní potíže, to vede k pocitům studu (zakládá si na hezké pleti)

Témata:

- pocit, že "*tam/v tom mámu nechávám samotnou*"
- genderová a jiná nerovnoprávnost/nespravedlnost - dráždí v rodině i mimo ni
- "**utekla jsem dg HPO**" - a dozrávání V.

Rozpoložení a prožívání:

- ambivalence ve vztahu k mámě - lítost a soucit x vztek (nespravedlnost i za její setrvávání v nezdravém)
- vztek na Michala
- vztek na mámu, že nebyla spravedlivá (kluci doma nemuseli pracovat tak, jako V.)
- těšení se na osamostatnění
- společná radost z V. posunů

Výstupy/domluvy:

V. přichází reflektovat uplynulé období. Zastavuje se u situací, které doprovázely silnější emoce.... stěhování, dřívější rozhovor s mámou o něm. Viki rovněž hovoří o svých specifických - sama registruje posuny směrem k větší stabilitě, současně znaky HPO u sebe vnímá stále, ale raduje se z toho, že se nyní neprojevují kontinuálně, ale zejména situačně v zátěžích. V. už s nimi umí nakládat. Rovněž je schopná sebereflexe, o některých svých strategiích hovoří jako o hrách a usiluje o "sebečištění".

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová